

# 2018 Jissen Women's University Cooking Training for Athletes

## 実践女子大学スポーツ選手のためのクッキングトレーニング



### 目的

運動する身体にエネルギーを与えるための「美味しい食事」を作る Cooking Training です。調理した料理の栄養評価も、近赤外線分析により行います。

### 内容

第1回(2018年6月9日)

**中国料理**: 運動する身体の調整を担うビタミン&ミネラルの調理法を学びます。

第2回(2018年9月22日)

**フランス料理**: 運動する身体の材料のタンパク質、スタミナ源の脂質の調理法を学びます。

第3回(2019年3月2日)

**日本料理**: 運動する身体のエネルギー源をコントロールする調理法を学びます。

### 対象

スポーツ選手の育成に関わる監督、コーチ、栄養士、管理栄養士、調理師など

### 場所

**実践女子大学 日野キャンパス本館1階101調理実習室** 〒191-8510 東京都日野市大坂上4-1-1

### 開催時間

午前 9:00 ~ 午後 3:00 (受付: 午前 8:30 ~)

TOKYO 2020  
応援プログラム

TOKYO 2020  
Support  
Programme

**参加費** 一人 12,000 円 (3回セット価格) ※本講座は3回分を1セットとした講座です。  
※お申し込みの方には、参加費の納入に関するご案内をメールにて返信させていただきます。  
参加費の納入が確認できましたら、受付票を発信させていただきます。

**申込方法** 専用メールアドレス (cooking-sport2018@jissen.ac.jp) 宛てに必要事項を記載し、お申し込みください。

**必要事項** 1. 氏名 (ふりがな) 2. 年齢 3. 指導または実践しているスポーツ  
4. 連絡先 (住所・日中連絡のつく電話番号)

**申込締切** 2018年5月15日(火) 先着受付 (定員 24名)

お問い合わせ  
申し込み先

実践女子大学 オリンピック・パラリンピック連携事業推進室  
『スポーツ選手のためのクッキングトレーニング』窓口 E-mail: [cooking-sport2018@jissen.ac.jp](mailto:cooking-sport2018@jissen.ac.jp)

